



健康若年成人を対象とした食行動とストレス対処能力に関する研究

著者	堀口 雅美
学位授与機関	Tohoku University
学位授与番号	11301甲第16888号
URL	http://hdl.handle.net/10097/00096900

学 位 論 文 要 約

博士論文題目 健康若年成人を対象とした食行動とストレス対処能力に関する研究

東北大学大学院医学系研究科 保健学専攻

基礎・健康開発看護学領域

学籍番号 B3MD2008 氏名 堀口 雅美

I 研究背景

肥満ややせといった体型は生活習慣病の発症につながるおそれがあり、その予防には適切な健康習慣、特に食行動は重要な要素である。食行動はストレスと関連しており、人によってストレスの認知や対処、すなわちストレス対処能力は異なる。ストレス対処能力はライフスタイルや性差、体型などの観点から研究されている。しかし、健康若年成人を対象とした食行動尺度に関して信頼性を検証し、ストレス対処能力との関連を検討した研究はこれまでに報告されていない。

II 研究目的

健康若年成人の食行動とストレス対処能力、および心血管系生理指標との関連についての特徴を明らかにすることを研究全体の目的とした。ストレス対処能力の評価指標は首尾一貫感覚 (sense of coherence: SOC) を採用した。研究 1 では簡便性を備えた健康若年成人用食行動尺度に関する信頼性の検証を行った。研究 2 ではまず食行動と SOC、心血管系生理指標の男女比較をした。仮説 1a は「健康若年成人の男女いずれにおいても健康若年成人用食行動尺度と SOC は相関関係がある」、仮説 1b は「健康若年成人の男女いずれも健康若年成人用食行動尺度と SOC は負の相関関係がある」とした。次に体格指数 (body mass index: BMI) を四分位数で 4 群に分類し、男女別に分析した。仮説 2a は「BMI が高い群は低い群に比べて食行動はより不健康である」、仮説 2b は「BMI が高い群では食行動と心血管系生理指標の関連がある」とした。研究 3 では研究 2 の再分析として女性を対象に食行動と SOC、心血管系生理指標の関連を体型別に比較した。

III 研究方法

1. 研究 1

健康若年成人の男女 794 名を対象に食行動に関する質問紙調査を実施し、因子分析を行った。

2. 研究 2

研究 1 の対象者のうち、心血管系生理指標の測定が可能であった 334 名 (男性 191 名、女性 143 名) を対象に健康若年成人用食行動尺度と SOC-13 の質問紙調査および心血管系生理指標を測定し、男女比較と相関分析を行った。次に BMI 第 1 四分位群、BMI 第 2 四分位群、BMI 第 3 四分位群、BMI 第 4 四分位群に分類し、男女別に多重比較と重回帰分析を行った。

3. 研究 3

研究 2 の対象者のうち、女性を対象に体型別の分析を行った。体型は BMI と体脂肪率からやせ群、標準群、隠れ肥満群、肥満群に分類し、多重比較と重回帰分析を行った。

IV 研究結果

1. 研究 1

健康若年成人用食行動尺度は「外発的摂食」、「早食い」、「濃い味」の 3 因子が抽出され、その平均値を食行動尺度総合点とした。男女比較では、食行動尺度総合点と「外発的摂食」は女性のほうが、「濃い味」は男性のほうが有意に高い値であった。

2. 研究 2

男性では食行動尺度総合点と SOC-13 の間で負の相関を示した。女性では食行動尺度総合点と SOC-13 の間

(書式18) 課程博士

に有意な相関はなかった。BMI 第1四分位群、BMI 第2四分位群、BMI 第3四分位群、BMI 第4四分位群における多重比較で、男性では食行動尺度総合点、「外発的摂食」、「早食い」、「濃い味」のいずれの項目においても BMI の高い群は低い群に比べて有意に高い値であった。女性では「外発的摂食」に関して、BMI 第1四分位群に比べ BMI 第4四分位群のほうが有意に高い値であった。多重比較で群間差が認められた心血管系生理指標、すなわち男性ではウエスト・ヒップ比、心臓足首血管指数、総コレステロール、女性では体脂肪率、ウエスト・ヒップ比、心臓足首血管指数、HDL コレステロール、中性脂肪に関する重回帰分析の結果、標準偏回帰係数はいずれも有意を示したものの自由度調整済決定係数 R^2 値は 0.13~0.25 であった。

3. 研究3

やせ群の LDL コレステロールは標準群と隠れ肥満群に比べそれぞれ有意に低い値であった。隠れ肥満群で説明変数を食行動尺度総合点、従属変数を HDL コレステロールにした重回帰分析で、標準偏回帰係数は有意であったが、自由度調整済決定係数 R^2 値は 0.20 であった。

V 考察

研究1の結果より、健康若年成人用食行動尺度は簡便性のある評価尺度として有用であり、男性の食行動は食物の味に、女性の食行動は環境や心理的因子により左右されやすいことが示唆された。

研究2の結果より、健康若年成人用食行動尺度と SOC との相関で男性では有意な相関が認められたが女性では相関がなかったことから、男性では食行動の不健康度とストレス対処能力は関連することが考察された。仮説1aと仮説1bは男性では支持され、女性では支持されなかった。男性では食行動尺度総合点、「外発的摂食」、「早食い」、「濃い味」のいずれにおいても BMI の高い群は低い群に比べて高い値であったことから仮説2aは支持された。女性では「外発的摂食」に関して BMI の低い群に比べて高い群のほうが有意に高い値を示したことから、「外発的摂食」について仮説2aは支持された。BMI 四分位数に基づく4群別の重回帰分析より、男女とも自由度調整済決定係数 R^2 値は 0.13~0.25 であったことから、食行動尺度総合点、SOC-13の心血管系生理指標に対する説明率は低く、仮説2bは支持されなかった。心血管系生理指標への影響要因を説明するには食行動尺度総合点と SOC-13以外の要因を考慮する必要があると考えられた。

研究3の結果より、健康若年女性のうち隠れ肥満群において、食行動尺度総合点の HDL コレステロールに対する説明率は低く、HDL コレステロールへの影響を説明する要因は他にあるものと考えられた。SOC と HDL コレステロールの関連はないと示唆された。

VI 結論

健康若年成人用食行動尺度は簡便性を備えた評価尺度として有用である。その尺度をもとに食行動を評価した結果、男性では食行動の不健康度とストレス対処能力の関連があると示唆された。BMI 四分位群別の比較より、男性では BMI の高い群のほうが低い群に比べて食行動はより不健康であると考察された。女性では健康若年成人用食行動尺度の一因子である「外発的摂食」に関して、BMI の高い群のほうが低い群に比べて食行動はより不健康であると考えられた。食行動尺度総合点と SOC-13 から心血管系生理指標に対する説明率は低く、心血管系生理指標への影響要因は食行動尺度総合点と SOC-13以外の要因を検討する必要があるものと考察された。